

Рекомендации по предотвращению буллинга

Предотвратить буллинг или уменьшить его негативные последствия помогут следующие советы:

1. Объясните детям, что при общении в Интернете они должны быть дружелюбными с другими пользователями. Ни в коем случае не стоит писать резкие и оскорбительные слова — читать грубости так же неприятно, как и слышать.
2. Научите правильно реагировать на обидные слова или действия других пользователей. Не стоит общаться с агрессором, и уж тем более пытаться ответить ему тем же. Возможно стоит вообще покинуть данный сетевой ресурс и удалить оттуда свою личную информацию, если не получается решить проблему мирным путем. Лучший способ испортить хулигану (булли) его выходку — отвечать ему полным игнорированием.
3. Обратите внимание на психологические особенности вашего ребенка. Специалисты-психологи выделяют следующие характерные черты, типичные для жертв буллинга:
 - пугливость;
 - чувствительность;
 - замкнутость и застенчивость;
 - тревожность, неуверенность в себе;
 - склонность к депрессии, к мыслям о негативном сценарии развития событий;
 - предпочтительность общения со взрослыми, нежели со сверстниками;
 - физическая неразвитость по сравнению с ровесниками (актуально для мальчиков).
4. Если у родителей или педагогов есть информация, что кто-то из друзей или знакомых ребенка подвергается буллингу, следует немедленно сообщить об этом классному руководителю или школьному психологу и руководителю ОО для принятия необходимых мер по защите ребенка.
5. Объясните детям, что личная информация, которую они выкладывают в Интернете (домашний адрес, номер мобильного или домашнего телефона, адрес электронной почты, личные фотографии), может быть использована против них.
6. Подскажите, как найти выход из ситуации — практически на всех форумах и сайтах есть возможность заблокировать обидчика, написать жалобу модератору или администрации сайта, потребовать удаления странички.
7. Поддерживайте доверительные отношения со своим ребенком, чтобы вовремя заметить поступающие в его адрес агрессию или угрозы. Наблюдайте за его настроением во время и после общения с кем-либо в Интернете.
8. Убедитесь, что оскорбления (буллинг) из сети не перешли в реальную жизнь. Если поступающие угрозы являются достаточно серьезными, касаются жизни или здоровья ребенка, а также членов семьи, то вы имеете право на защиту со стороны правоохранительных органов, а действия обидчиков могут попадать под статьи действия уголовного и административного кодексов о правонарушениях.